



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

Fortbildning för familjehemssekreterare
Med fokus på handledning av familjehem
Familjeterapeuterna Korsvägen AB
Handledare utbildning
B-uppsats 7,5 poäng
Våren 2017

Kreativ Handledning genom metaforer

Författare
Martin Berger

Handledare och
Examinatorer
Ingrid Höjer
Monica Möllerstrand
Ulla Westling-Missios

INLEDNING	3
SYFTE	4
FRÅGESTÄLLNINGAR	5
METOD	5
TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER	6
Liknelser från Bibeln	6
Kärlekens fem språk	6
Kälvesten och metaforen om skapandet av en gentleman	6
En hjälte blir till-Raoul Wallenberg formas genom metaforer	7
Det viktiga i Mentalisering	7
Minuchin om metaforernas betydelse för att nå fram	7
Hybels metafor –som fisken i vattnet	8
Eia Asen och metaforen om fågelperspektivet	8
Wiesenthals solrosor och Morgans metaforer	8
Kartor och resor	9
Helikopterperspektiv och ryggsäckar	9
Peter Langs Metaforer om Domänerna	9
Sumralls metaforer när man möter lidande och död	10
Machiavellis råd om hur du behåller din frihet	10
Metaforen om ångmaskinen och energiströmmarna	10
Gud som en säker hamn	10
Dynamit och atombomb	10
Ånglok som inte får explodera	11
RESULTAT OCH DISKUSSION	11
Tillvägagångssätt	11
Kerstin Badreddine	11
Peter Jansson	11
Brian Barnett	11
-Vad tycker du om metaforer och liknelser i handledning?.	12
-På vilket sätt kan det vara möjligt att använda sig av metaforer i handledning?.	13
-På vilket sätt har metaforer och liknelser effekt i handledning?.	13
- Hur tror du att metaforer möjliggör ett bättre lyssnande?.	14
-På vilket sätt kommer man ihåg handledning bättre genom metaforer?.	15
-När ska metaforer användas och hur tror du att lyssnandet påverkas om metaforer används?.	15
- På vilket sätt tycker du att metaforer och liknelser ska användas i handledning?.	16
SLUTDISKUSSION	17

INLEDNING

När jag påbörjade handledare utbildningen för familjehemssekreterare på Göteborgs Universitet under hösten 2015 så började jag att fundera och tänka på vad jag skulle välja för ämne till min examensuppgift. Det ämne som jag valt att skriva om är ett ämne som sakta men säkert växt fram i mitt tankeliv.

Jag har valt att skriva om ett ämne som ligger mig varmt om hjärtat och som fångat mitt intresse, nämligen handledning genom metaforer eller liknelser som man också kan kalla det.

Jag har inte hittat någon relevant tidigare forskning på området som kan kopplas till mitt syfte.

Min uppsats riktar sig lite extra till området handledning till familjehem, som i mina ögon är vardagshjältar. Familjer som har ett extra överskott som de vill ge till barn som behöver det.

Ingrid Höjer och Monica Nordefors ger en bra beskrivning av ett hem i sin bok "Att leva med fostersyskon"(Göteborgs Universitet, 2006) där de säger följande: "Hemmet förutsätts vara en plats för rekreation, vila och intima relationer, där familjemedlemmar kan hämta styrka, både genom att vara nära varandra och att kunna dra sig tillbaka." Ett vanligt hem har många tuffa utmaningar att möta ett familjehem ännu fler eftersom de släpper in och öppnar upp för barn och ungdomar som kommer från en annan familj, dvs de har inte formats i ursprungshemmet.

Jag vill genom detta Paper försöka lyfta fram ett specialverktyg, nämligen handledning med hjälp av metaforer som kan placeras i verktygslådan och sedan användas i det viktiga och betydelsefulla arbetet med handledning.

Jag vill rikta ett speciellt tack till Ingrid Höjer, Monica Möllerstrand och Ulla Westling-Missios på Göteborgs universitet som på ett hängivet sätt lärt ut kunskap om arbete och forskning kring handledning och gett mig bra handledning när jag bollat frågor kring skrivandet av denna uppsats/paper.

Jag vill också tacka Tommie Fälth som vågat vara skarp, orädd, engagerad, utmanande, modig, personlig, omtänksam och som på ett fantastiskt sätt likt en skicklig konstnär varit ledare i den handledningsgrupp som jag haft förmånen att få deltaga i under två års tid och som fått mig att växa både i min yrkesroll men också som människa. Stort tack Tommie för att du är den du är.

Jag vill också tacka Kerstin Badreddine för att hon frikostigt delat med sig av excellent visdom, kloka tankar och sina erfarenheter i sitt mångåriga arbete med familjehemshandledning.

Jag vill tacka Peter Jansson som frikostigt delat med sig av sin expertkunskap när det gäller människans psyke, filosofiska och existentiella dilemman, teoretiska resonemang och tankar och jag vill också tacka familjehemspappan Brian Barnett som generöst delat med sig av sina tankar om både framgångar men också motgångar under sitt mångåriga arbete som familjehem.

Jag vill även tacka Salvador Minuchin som på ett personligt sätt uppmuntrat mig att använda metaforer i mitt arbete.

Jag vill också tacka min hustru Mellina Berger som nu har varit en del av mitt liv i 26 år och som nu delar mer än hälften av mina minnen och jag vill också tacka min familj för stöd och för att de stått ut med att jag lagt ned mycket tid på att skriva mitt paper under de senaste månaderna på både kvällar och helger.

Jag har valt att skriva mitt paper på ett personligt sätt och det är kanske något jag kommer att få kritik för. Men jag har valt att göra detta i alla fall. Jag blev inspirerad till detta när jag läste några böcker skrivna av Salvador Minuchin och tyckte att det var trevligt att han vågade vara personlig, så jag tänkte att om Minuchin vågar så kan väl jag också våga detta. Att våga utmana sina trygghetszoner tror jag är några av de dilemman som alla vi människor ställs inför.

"Alea Iacta Est-Tärningen är kastad" (metafor sagd av Julius Ceasar 10 januari år 49 före Kristus)

SYFTE

Mitt syfte är explorativt/utforskande. Syftet är att försöka utforska/undersöka ta reda på lite mer om vilken effekt handledning genom metaforer och liknelser har för de som får ta emot detta i handledning.

FRÅGESTÄLLNINGAR

- På vilket sätt kan det vara möjligt att använda sig av metaforer i handledning?.
- Hur har metaforer effekt i handledning?.
- Möjliggör metaforer ett bättre lyssnande eftersom ”garden sänks”?.
- Kommer man ihåg handledning bättre med hjälp av metaforer?.

METOD

Jag har valt att lägga tyngdpunkten på en teoretisk grund när det gäller ämnet och har försökt upptäcka vad tidigare forskning och teori säger om ämnet. Jag har också valt att använda en kvalitativ metod genom att göra tre djupintervjuer. Jag valde att bygga mycket på den teoretiska grunden samt användandet av kvalitativ metod för att kunna undersöka mer på djupet om kraften i metaforer.

Jag har valt att göra narrativa öppna intervjuer som omnämns i boken ”Samhällsvetenskapliga metoder” (Liber Förlag, 2015) för att kunna fånga upp tankarna på djupet från de personer som jag valt att intervjua. Min tanke har varit att de personer jag intervjuat skulle få chansen att lyfta fram de saker som är personligt viktiga för dem. De har inte fått veta frågorna i förväg utan jag har velat fånga upp deras spontana tankar när de fått möta varje frågeställning.

När det gäller valet av intervjupersoner så tänkte jag efter ett tag och bestämde mig för att välja tre personer med stor erfarenhet när det gäller handledning. Jag ville också välja personer med olika erfarenheter och yrkesroller när det gäller handledning. Jag ville också välja personer som vågar uttrycka vad de tror på när det gäller handledning. Jag valde ut tre personer som jag mött i mitt arbete med familjehem. Erfarenhetsmässigt så bär dessa tre personer på nästan 100 års sammanlagd yrkeserfarenhet när det gäller handledning.

Jag har intervjuat en psykoanalytiker, en sakkunnig expert när det gäller handledning till familjehemsarbete med 40 års erfarenhet samt ett erfaret familjehem med 35 års erfarenhet.

Varje djupintervju tog ca 45 minuter att genomföra. Jag gjorde stödanteckningar under intervju tillfällena och valde sedan att skriva anteckningar direkt efter intervjuerna för att memorera svaren på de frågor som jag ställde. Jag försökte att skriva ned de intervjuades svar ordagrant. En av intervjuerna ägde rum på ett kontor i Göteborg och två av intervjuerna ägde rum på ett lugnt café i centrala Göteborg.

TEORETISKA GRUNDER

Metaforer eller liknelser har alltid haft en förmåga att öppna upp sinnet för berättelser. Jesus Kristus själv talade ofta genom liknelser när han vandrade omkring i Israel för ca 2000 år sedan och det är många som fortfarande kommer ihåg de metaforer han berättade efter att ha hört dem eller läst om dem. De flesta av oss kommer ihåg liknelsen om det "förlorade fåret", "liknelsen om den barmhärtige samariten", "Liknelsen om Lasarus och den rike mannen" och liknelsen om "den förlorade sonen"(Reformationsbibeln 1997). Det är lätt att komma ihåg metaforer och liknelser.

Att kunna använda de rätta orden är viktigt för att kunna nå människor. Kung Salomo som skrev mycket av Bibelns visdomslitteratur sa i Ordspråksboken: "Död och liv har tungan i sitt våld, "(ReformationsBibeln 1997) Det finns en kolossal makt i det vi säger och hur vi säger det. Att kunna nå fram till människor är också viktigt. Salomo sa också "Den som lyssnar, får tala till punkt."(ordspråksboken) Om vi ska kunna nå fram till de människor vi ska tala med och handla så är det också viktigt att vi kan lyssna in dem först och förstå vad som ligger på deras hjärta.

Paulus som skrev många av breven i det nya testamentet var en vän av metaforer. Han använder där gärna metaforer från idrottens värld. Han talar om metaforer som boxningsmatcher, brottningsmatcher och om friidrottslopp.

Den amerikanske familjeterapeuten Gary Chapman lyfter i sin bok "kärlekens fem språk " fram att alla människor har olika kärleksspråk. Chapman lyfter fram att det grundläggande finns fem kärleksspråk: Komplimanger, Tid för varandra, ta emot gåvor, göra varandra tjänster och fysisk beröring. Chapman menar att för att kunna nå fram till en

annan människa så behöver du tala rätt kärleksspråk. Chapman använder sig i sin bok av metaforer för att få läsarna att förstå och ta till sig visdomsord inom ett ämnesområde som ofta är så känsligt att de flesta "håller upp garden" som skydd.

Anna-Lisa Kälvesten och Gabriella Meldahls bok "Familjepsykologi" (Liber Förlag, 1982) lyfter fram många intressanta metaforer som är användbara i socialt arbete i allmänhet och i arbete med handledning i synnerhet. Jag lyfter fram några saker här. Kälvesten lyfter fram metaforen om skapandet av en gentleman och säger att det tar minst tre generationer att skapa en gentleman. Kälvesten säger att för att få perspektiv på det avvikande så behöver man veta hur det normala ser ut. Detta gäller både individer som familjer och detta behöver vi ha med oss när vi handleder. "Stark kärlek kan smälta ned fientlighet." Kälvesten lyfter fram en metafor där familjer jämförs med en orkester och där mannen är instrumentell ledare och där det är viktigt att kolla så att musiken fungerar ("Stämmer musiken?").

I boken "Älskade farfar" (1987, Bonniers förlag) lyfter Gustaf Wallenberg fram att det är oerhört betydelsefullt att lära sig förstå andra människor och andra människors kulturer och sätt att tänka. Han menar att enbart låta sig formas på ett sätt inskränker en person till en trångsynt individ. Han säger att det finns högklassig utbildning i Sverige men rekommenderar sitt barnbarn Raoul att göra sin utbildning utomlands för att låta sig formas av andra kulturers sätt att forma dig som individ och i tanke och handling. Raoul lyssnar på råden och följer dem och låter sig formas i länder som USA, Frankrike, Italien m.m. Raoul formas i dessa länder genom att låta sig influeras av de metaforer han får från de människor han möter och formas av i de länder han bor och vistas i och boken är intressant i den bemärkelsen att den skapar förståelse till att Raoul Wallenberg formades till att våga utföra de hjältedåd som resulterade i att han under några få månader räddade 100.000 människor i Budapest från att gå en säker död till mötes.

Det sätt han agerade på var inte typiskt svenskt och det kan vara ett mysterium att förstå hur han formades till den person han blev om man inte känner till bakgrunden om hur han formades i de länder han bodde och vistades i och genom de metaforer och berättelser han fick höra i de olika länderna.

Innan man ger sig in i att handleda genom metaforer så är det viktigt att man sätter sig in i hur de man ska handleda har det i sina liv. Det är viktigt att både förstå sig själv och andra utifrån mentala tillstånd som tankar, känslor, impulser och önskningar. Per Wallroth lyfter fram detta i sin bok "Mentaliseringsboken" (2010, Karneval förlag). Han säger i

boken att man ska stå med ena foten i sin egen sko och den andra foten i den andra människans sko. Om du kan mentalisera så kan du också förstå och därefter välja rätt ord när du ska handleda människor du möter.

Salvador Minuchins bok "Mastering Family Therapy " (2006, Wiley) beskriver i prologen av boken liknelsen "en verktygsväska utan botten fylld med verktyg, som de kan använda för att bättre betjäna familjerna de arbetar med och ett av dessa verktyg som beskrivs i boken är metaforer. Minuchin lyfter fram att handledarens fantasi kan skapa ändlösa nya möjlighetsalternativ och ett sätt att kommunicera dessa nya möjligheter kan vara metaforer. Minuchin som gärna använder sig av metaforer säger i samma bok att handledaren behöver komma in på "samma radiovåglängd" innan de som tar emot handledning ska kunna höra honom.

Hybels och hans medförfattare lyfter i boken "Som fisken i vattnet" (2000, Willow creek) fram flera intressanta metaforer och menar att när man arbetar med människor arbetar man på bästa sätt om man får använda de begåvningar man skapats med. Författarna menar att man då är som en fisk i vattnet och inte som en fisk på torra land.

Eia Asen beskriver i sin bok "Multi-Family Therapy Concepts and Techniques"(2010, Routledge) hur han valt att använda sig av metaforer när han ger handledning genom att t.ex. säga "Vi är alla i samma båt" när han vill skapa solidaritet. Asen säger i samma bok att när han vill skapa hopp så använder han sig av metaforen om att "se ljuset i slutet av den mörka tunneln".

Eia Asen förklarar vidare i sin bok om metaforen om "Fågel-öga perspektivet" och berättar att han själv och hans terapeuter som jobbar med MFT(Multi-Functional Therapy) där de intar fågel-perspektiv och att de likt en fågel cirklar runt i ett rum. Från en flygande fågels perspektiv så är det möjligt att se saker och ting uppifrån från ett makro-perspektiv där man bättre kan observera och känna in handlingar/interaktioner inom familjen och mellan familjer som skulle vara mera svåra att upptäcka om man inte befunnit sig uppe på ett fågel-perspektiv.

När en handledare uppifrån sitt fågelperspektiv spionerar fram något som verkar problematiskt, så kan han/hon sedan flyga ner till marknivån och landa och handleda kort innan han/hon lyfter upp på fågelperspektivsnivå igen.

Simon Wiesenthal lyfter i sin bok "Solrosen"(Bonniers, 1970) fram metaforen om solrosen. När han trodde att allt hopp var ute och att han

skulle dö tänkte han på metaforen om solrosen, som gav honom hopp men som också påminde honom om hans ansvar att lysa som en solros och synas som en solros för att inte glömmas bort och för att komma ihåg. Solrosen gav hopp och denna metafor använde han ofta när han berättade om sitt arbete och sin verksamhet.

Salvador Minuchin lyfter i sin bok "Family Healing" (Free Press, New York, 1998) fram att Familjeterapeuter alltid är berättare. De är antropologer som utforskar andra människors liv. Minuchin talar i denna bok om familjers vanor och vägval och lyfter fram metaforen om "Stigar och vägar" (s.9) som kan vara svåra att lämna då de använts under en längre tid och skapat vanor. I samma bok lyfter Minuchin fram metaforen om att regera i olika världar när han beskriver sina föräldrars ansvarsområden under uppväxten. Minuchin tar i boken upp metaforen om att alla människor är som djuret snäcka. Snäckor bär alltid med sig ett skal. Minuchin säger att vi människor bär med oss skal av minnen och vi är dessa minnen.

Michael White berättar i sin bok "Kartor över narrativ praktik" (Studentlitteratur, 2012) om sin livslånga fascination för kartor, som fått honom att se kartorna som en metafor för sitt arbete med människor som anlitar honom i olika angelägenheter, dilemman och problem. White säger följande i sin bok: "När vi möts vet jag att det är början på en resa som inte är bestämd i alla detaljer och vars vägar inte är utstakade." Han fortsätter med metaforer om äventyr och expeditioner där kartorna hjälper till med navigationen på olika livsresor.

Alice Morgan berättar i sin bok "Vad är narrativ terapi?" (Studentlitteratur, 2014) om metaforer och säger att handledning är som en resa. Morgan säger att när vi påbörjar den resan så vet vi inte alltid vart den resan kommer att sluta och vad vi kommer att upptäcka. Morgan använder i boken metaforer som t.ex. olika resvägar, stigar, avtagsvägar, vägkorsningar, stigar.

Morgan tar också upp att det kan vara lättare att tala om det svåra om man externaliserar det, d.v.s. lägger det utanför sig själv. Ett sätt att externalisera är att tala om problem med hjälp av metaforer. Morgan tar upp följande metaforexempel: "mur av ovilja", "blockeringen", "Drömmen", "Tidvattenvågor av förtvivlan".

Alice Morgan säger att det finns många olika sorters berättelser genom vilka vi lever våra liv och våra relationer-berättelse om det förflutna, nutiden och framtiden.

Hanna Moltke och Asbjörn Molly lyfter i sin bok "Systemisk Coaching" (Studentlitteratur, 2014) fram följande när det gäller metaforer:

De talar om att inta så kallad "helikopter-perspektiv", där man kan se på det som händer utifrån en helikopters perspektiv.

Samma författare använder också en annan metafor för att beskriva det vi har med oss i våra liv. De använder metaforen om ryggsäcken och säger att alla bär på en "ryggsäck" med erfarenheter, värderingar, övertygelser, attityder och verktyg.

Författarna lyfter också fram metaforen om "byggnadsställningarna" för att illustrera hur ett samtal byggs upp.

Peter Lang, Martin Little och Vernon Cronen använder den inom systemteori välkända och populära metaforen om olika domäner i artikeln "The systemic Profesional-Domains of action and the question of Neutrality." (1990, The Journal of Systemic Consultation and Management)

Denna metafor tar upp att det finns tre domäner som vi som handledare verkar i: Den personliga domänen, reflektionsdomänen och produktionsdomänen. Författarna lyfter fram att man kan röra sig och operera inom olika domäner i våra handledningssamtal.

Lester Sumrall en amerikansk handledare som ofta mötte och gav handledning till människor som brottades med rädsla inför döden tar i sin bok "The mystery of death"(New Leaf Press,1995) upp många intressanta metaforer som han använde i olika handledningssessioner t.ex. metaforen om "Lie-mannen". Metaforen om "Järnridån". Metaforen om de "sälla jaktmarkerna". "Metaforen om det 3500 år gamla vetekornet från British Museum i London". Metaforen om Shakespeares "Romeo & Julia". Metaforen om "Regn" i våra liv. Metaforen om "Jordbävningar" i våra liv, de två sistnämnda är metaforer som används när det handlar om frågor om lidande, saknad och sorg.

Niccolo Machiavellis bok "Fursten"(1958,Natur och kultur) lyfter fram flera metaforer som är intressanta. Han använder metaforen om att vara beredd på oväder även om solen lyser. Författaren använder även metaforer om hur man förblir fri och hur man undviker att hamna i slaveri.

Wallroth och Rydén lyfter i sin bok Mentalisering-Att leka med verkligheten"(2013) fram metaforen om den tillräckligt goda spegeln som är värd att tänka på om du arbetar med att handleda andra.

Håkon Hårtveit och Per Jensen lyfter i sin bok "Familjen plus en" fram metaforen att människan fungerar som en ångmaskin som är fylld av energiströmmar som på olika sätt letar sig igenom personlighetens olika kamrar för att bli en drivkraft till tankar, känslor och handlingar.

Handledarens uppgift är att skaffa sig kunskap om dessa energiströmmar. Författarna lyfter fram Rene Descartes metafor om att

en sjuk människa kunde liknas med en dåligt tillverkad klocka medan en frisk människa var att likna med en välgjord klocka.

Anders Broberg tar i sin bok "Anknytning i praktiken", 2013, (Natur och kultur) upp några intressanta metaforer. Han lyfter fram att effekten av framgångsrik psykoterapi kan liknas vid dynamit och att effekten av en omvändelse till tro på Jesus kan liknas vid en atombomb. Han lyfter också fram metaforen att tro på Gud är som att komma till en säker hamn. Broberg säger: "Vem har t.ex. inte bett till Gud när en ordentlig luftgrop dragit med sig det flygplan man suttit i eller när man varit i någon annan hotfull situation med död som potentiellt utfall?"

Arnold P Goldstein lyfter i sin bok Aggression Replacement Training (1998, Research Press) fram metaforen om att människans känslor liknar ånglok. Om man tänder eld i lokets panna och ökar ångtrycket samtidigt som loket står stilla, kommer någonting förr eller senare att explodera. Om man däremot låter hjulen snurra och blåser i ångvisslan kan ångtrycket hållas på en säker nivå.

RESULTAT OCH DISKUSSION

Tillvägagångssätt.

Jag har valt att göra en narrativ öppen intervju för att kunna fånga upp tankarna på djupet från de personer som jag valt att intervjua. Personerna som jag valt att intervjua har jag mött under min yrkeskarriär som handledare. Jag valde ut just dem för att de gjort intryck på mig med anledning av sin yrkesskicklighet, stora erfarenhet samt passion för sitt yrke. De brinner för det som de arbetar med och de har intressanta tankar att förmedla. Min tanke har varit att de personer jag intervjuat skulle få chansen att lyfta fram de saker som är personligt viktiga för dem. Här kommer en kort presentation av dem och sedan redovisar jag frågorna de fått och deras svar.

Djupintervjun med Kerstin Badreddine ägde rum 2017-02-24

Kerstin Badreddine har arbetat som chef på en familjehemsenhet i 30 år och har därefter bl.a. arbetat med tolkningar och analyser av Kälvestens djupintervjuer av familjehem. Kerstin har under många år haft ett stort engagemang för att utveckla familjehemsarbete och handledning till familjehem. Hon har under många år samlat på sig en stor kunskap om

hur man kan arbeta med familjehem på ett framgångsrikt sätt. Kerstin har en unik förmåga att på ett intelligent sätt kunna förklara komplicerade saker på ett enkelt sätt.

Intervjun med Peter Jansson ägde rum 2017-03-21

Peter Jansson är utbildad till Psykoanalytiker, Civilingenjör, Psykolog och Psykoterapeut. Peter har under många år arbetat som utbildare på Psykologprogrammet i Göteborg.

Han har också arbetat som handledare i mer än 20 år.

Peter är en av de mest belästa personerna jag mött. Han bemästrar Psykologi, Sociologi, Teologi, Filosofi och kultur och naturvetenskap m.m. på ett lysande sätt och kan trots att han är intellektuell förklara dilemman på ett lättbegripligt sätt. Detta är en konst i sig.

Intervju med Brian Barnett 2017-03-21

Brian Barnett har arbetat som familjehemsförälder i 35 år och har stor erfarenhet av familjehemsarbete och av att ta emot handledning både i komplicerade situationer och enkla situationer. Brian har under åren arbetat i många år som jourhem och har under årens lopp haft totalt ca 25 olika barn boende hos sig. Brian har under åren ställt inför extremt svåra dilemman och har nog stött på de flesta svåra dilemman som ett familjehem kan ställas inför och han har tagit sig igen många svåra stormar utan att sjunka.

Frågeställning 1: ”Vad tycker du om metaforer och liknelser i handledning?”

1-Kerstin säger följande svar på den första frågan. *”Liknelser kan vidga människans sätt att tänka så att man inte fastnar med fötterna i leran. Man skickar iväg en luftbubbla i luften och tar ned den igen. Dessutom är det lite roligt. I motsats till fyrkantighet skapar det en öppenhet. Det öppnar upp. Sedan kan man inte göra en massa metaforer i rad. Det är optimalt att blanda metaforer med verkligt prat.”*

1-Peter svarar följande på fråga ett: *”Man brukar definiera en metafor som en form av liknelse. Peter säger att han tycker att det är ett väldigt kreativt sätt att handleda på. En scen öppnas. Ett igenkännande öppnas oftast med en hänvisning till kulturen. Peter lyfter fram att fallberättelser är bra. Fallberättelser är en form av metaforer.”*

Brian svarar följande på den första frågan: *1-Jag tycker att det är väldigt bra i och med att det är bildligt. Det minskar risken för missförstånd och metaforerna gör att det är lättare att förstå och komma ihåg handledningen.”*

Kommentar: Alla intervjuade är eniga om att de uppskattar användandet av metaforer i handledning. Kerstin lyfter fram att det är ett roligt sätt att arbeta på och det öppnar upp. Även Peter är inne på att det öppnar upp för ett igenkännande för något bekant. Brian lyfter fram att metaforerna minskar risken för missförstånd och ökar ihågkommandet av budskapet i handledningen.

Frågeställning 2: ”På vilket sätt kan det vara möjligt att använda sig av metaforer i handledning?.”

2-Kerstin svarar följande på den andra frågan: *”När man vill försöka komma in i någon annan vinkel. Det är svårt att säga när. Det är svårt att schemalägga eller konstruera, det får komma i situationen och ur samtalet och ur den fantasin du har.”*

2-Peter säger följande svar på fråga två: *”att handledning genom metaforer är ett verktyg och ett instrument. En metafor är symbolisk. Metaforen är väldigt talande. Det är strukturerande att använda sig av metaforer. Alla förstår inte metaforer. Peter ger exemplet metaforen som kan användas om att ”tappa tråden”. Någon kan då börja att leta efter en tappad tråd på golvet. Peter nämner Kiechlowski som ett exempel. Han har sagt följande: ”En del vill gärna tolka mina bilder metaforiskt. Jag filmar aldrig med metaforer, men jag välkomnar dem.”(jmf spillt mjölkglas-jmf modersmjölk.*

Brian svarar följande på fråga två:

2-*”Att lägga in det då och då. Det får inte vara metaforer hela tiden. Det är viktigt med en variation.”*

Kommentar: På frågan när och var man ska använda sig av metaforer svarar Kerstin att det får komma spontant i situationen. Peter säger att metaforerna som instrument och verktyg får användas med förstånd då alla inte förstår metaforer. Brian lyfter fram att Metaforer få användas då och då men inte hela tiden.

Frågeställning 3: ”På vilket sätt har metaforer och liknelser effekt i handledning?.”

3-Kerstin svarar följande på den tredje frågan: *”Att den öppnar upp fantasin, att den öppnar sinnet. När du är låst i ett problem kan metaforen få dig att se en annan vinkel. Du öppnar upp tänkandet. Berättelse, metaforer och humor öppnar sinnet. I metaforer kan man lägga bilder. Man kan få igenkänning/aha-upplevelser...så här kan jag tänka...så här kan man ha det.”*

3Peter svarar följande på fråga tre:-"En anledning till att man använder en metafor är att man vill klargöra en fråga. Metaforen är förlösande och kreativ. En metafor kan delas av alla och användas av alla. Den skapar nya tankar och är kreativ."

Brian svarar följande på fråga tre: 3-Jag tror att de (metaforerna) har en ganska stor effekt i handledning."

Kommentar: Kerstin lyfter fram att metaforer kan öppna upp tänkandet när en situation har låst sig. Peter lyfter fram att metaforer skapar nya kreativa tankar. Brian lyfter fram att metaforer har stor effekt i handledning.

Frågeställning 4:"Hur tror du att metaforer möjliggör ett bättre lyssnande?."

4-Kerstin svarar följande på den fjärde frågan:"Du använder metaforer i samtalet för att få den andre intresserad och lyssna bättre, ta del bättre. Metaforer hjälper dig att förklara vad du menar och gör samtalet intressantare för den du talar med."

4-Peter svarar följande på den fjärde frågan:"Det finns olika sidor på det. I det stora hela bara positivt. Det blir lättare att förstå genom metaforer. Risk:Att något blir väldigt klargörande som är svårare än det är. Det finns något förföriskt med metaforer.

Jaques Lacan sa:"När man tror sig ha förstått en fråga genom metaforer och så har man inte gjort det, så blir det förledande. Lacan menar att något svårt blir för lätt."(Jaques Lacan:Psykosseminariet,1955)

Brian svarar följande på fråga fyra: 4-"Metaforer underlättar lyssnandet."

Kommentar: Kerstin lyfter fram metaforenas betydelse för att underlätta lyssnandet. Peter lyfter fram att det i det stora hela möjliggör ett bättre lyssnande men det finns något förföriskt ibland med användande av metaforer om något som är svårt görs lättare än vad det egentligen är. Brian säger att metaforer underlättar lyssnandet.

Frågeställning 5: ”På vilket sätt kommer man ihåg handledning bättre genom metaforer?”

5-Kerstin svarar följande på den femte frågan: ”Jag tror att det är metaforerna folk kommer ihåg. Jag tror att de kommer ihåg sin egen känsla-aha det var det här.-lättare att komma ihåg innehållet som hänger ihop med metaforen.-Kopplas ihop.”

Peter svarar följande på den femte frågan: Mycket ,mycket bättre. Överlägset att bibehålla en handledningssession –oerhört effektivt.

Man förbinder det vi talar om med någon symbol, något annat, t.ex. som när vi talar om kärlek.

Brian svarar följande på fråga fem: 5-”Det är absolut lättare att komma ihåg bilder, metaforer och liknelser långsiktigt.”

Kommentar: Kerstin lyfter fram att hon tror att det är metaforerna som folk kommer ihåg. Peter säger att metaforerna är ett mycket bra sätt att nå fram med en handledning. Brian betonar att det är absolut lättare att komma ihåg en handledning med hjälp av metaforer.

Frågeställning 6: ”När ska metaforer användas och hur tror du att lyssnandet påverkas om metaforer används.?”

6-Kerstin svarar följande på den sjätte frågan: ”Metaforer skall användas i lagom omfattning, gör det roligare och intressantare, ger aha upplevelser, Förr berättade människor mer, det fanns berättare...idag mer mekaniska berättelser genom bilder,...människorna har lämnat lägerelden”...Förr fanns historieberättarna vid lägerelden.”

Peter svarar följande på den sjätte frågan:

6-På två sätt. man lyfter en fråga och försöker illustrera genom metaforer. DET blir lättare att förstå.

Risken är att man flyr från det svåra, från problemet/tillståndet genom metaforen.

Brian svarar följande på den sjätte frågan: 6-”Jag lyssnar mycket bättre om metaforer används.”

Kommentar: Kerstin lyfter fram att metaforer bör användas i lagom omfattning. Peter lyfter fram att det metaforer underlättar förståendet. Brian säger att användandet av metaforer underlättar lyssnandet.

Frågeställning 7: ”På vilket sätt tycker du att metaforer och liknelser ska användas i handledning?”

7-Kerstin svarar följande på den sjunde frågan: ”Jag skulle ha svårt att handleda om jag inte fick använda metaforer i handledning-sedan kan det vara svårt att hitta metaforer som slår an på folk.

Ex kejsaren av portugallien ”sara fina gulleboy-den finaste som finns –det finaste han kan komma på även om det är ett barn till en prostituerad.”

Peter svarar följande på fråga sju:- ”Jag är en vän av metaforer. Jag använder mig av mycket metaforer. Då försöker man exemplifiera en fråga genom att liknas till något annat. Det kan bli för mycket och man ska vara försiktig med att använda för mycket metaforer. Det blir en nyckel för mycket hänvisningar till annat. Man tror sig förstå någonting som man inte gör(Lacan)”*Psykoseminariet”(1955-1956).*”

Brian svarar följande på den sjunde frågan: ”Om handledare är duktiga på att presentera metaforer så underlättar det hela processen. Det är inte alla som är duktiga på att presentera metaforer. Ett rakt språk kan vara väldigt tråkigt i handledning. Ett barn ska kunna förstå. Bibliska metaforer är bra. Man måste bedöma människor också och ta reda på vad de är mottagliga för. Brian säger också att metaforer kan blandas ihop med själva innehållet.”

Kommentar: Kerstin säger att hon skulle ha svårt att handleda om hon inte fick använda sig av metaforer. Peter säger att han är en vän av metaforer men höjer ett varningens finger för att använda metaforer för mycket. Brian lyfter fram vikten av att kunna kommunicera metaforer på ett enkelt sätt, så enkelt att till och med ett barn kan förstå.

Slutdiskussion

Jag har försökt att utforska genom teori och djupintervjuer om vilken effekt handledning genom metaforer har för de som tar emot detta i handledning. Det har varit en spännande resa att utforska detta.

Jag tror att metaforer möjliggör ett bättre lyssnande eftersom "garden sänks".

Jag tror också att man kommer ihåg handledning bättre med hjälp av metaforer.

Jag har sökt efter teorier och exempel i många olika böcker för att fördjupa mig i ämnet handledning med hjälp av metaforer och kan konstatera att det inte har varit lätt att hitta forskning och teorier om detta som varit relevant för mitt paperarbete.

Det är ett utforskat område. Det är utforskad mark. Det har varit mycket spännande att utforska detta område och Bibeln är den största källan när det gäller metaforer och där finns det en outsläcklig källa att ösa ur när det gäller att hitta metaforer. Den källa där jag hittat näst flest exempel, det är hos den erfarne familjeterapeuten Salvador Minuchin som på ett intressant, frikostigt och generöst sätt delar med sig av olika metaforer i sina böcker. Det verkar som om att han inte bryr sig om vad folk tycker om hans metaforer. Han berättar dem oavsett vad folk tycker och tänker. Han förklarar dem dessutom så bra och enkelt så att även ett litet barn kan förstå dem.

Det krävs mod för att våga använda sig av metaforer, att våga vara fri, att likt Raoul Wallenberg visa mod i utsatta situationer, det krävs också en fingertoppskänsla. Det kan liknas vid att laga till ett mål mat. Du kan inte använda för mycket kryddor, då förstår du maten utan du behöver hitta fingertoppskänslan att använda "rätt kryddor" lagom mycket, precis på samma sätt är det när det gäller användandet av metaforer. Om de används ska de användas lagom mycket.

Det gäller också att ha kunskap om olika metafor språk som Minuchin talar om och om att ha kunskap om vilket kärleksspråk(Chapman) du ska använda dig av. Det är nämligen olika för varje människa och kan även vara olika i olika situationer. Det gäller att kunna röra sig i Langs "Domäner" vilket man gör enklast om man får vara som "fisken i vattnet." När motgångar kommer och vi möter svåra saker så kan vi använda oss av Sumralls metaforer för att orka hårbärgera sorg och lidande i livets stormar och med hjälp av Brobergs metaforer och med hjälp av Gud hitta till en trygg och säker hamn.

Det intressanta med metaforer är att man kan hämta dem från många olika områden, böcker har jag nämnt men det går också att hämta metaforer från konst, musik, historia, film, idrott, naturvetenskap och många andra områden.

Jag är själv en person som är en vän av metaforer och minns tydligt den första gången jag använde mig av en metafor i mitt arbete. Jag och en kollega mötte två föräldrar i kris 1995 och försökte nå dem för att förmå dem att ta hand om sig själva och sina barn, men det kändes som om att våra ord inte nådde fram. Jag försökte med allt som jag lärt mig på socialhögskolan men ingenting fungerade. Det var som om att de höll upp sina händer som en gard likt boxare i en ring.

Eftersom vi var angelägna om att deras barn och att deras familj skulle få det bättre så visste vi att vi behövde nå fram i samtalet. Men läget var låst och vi visste inte vad vi skulle ta oss till. Jag såg mig omkring i samtalsrummet och mina ögon stannade vid två blomkrukor i rummet. Den ena krukväxten var en vissen och uttorkad växt. Den andra krukväxten var en vacker och välmående växt. Då fick jag en idé. Jag reste mig upp mitt i samtalet och lyfte de två växterna och ställde växterna mitt på bordet i samtalsrummet. Sedan satte jag mig ned igen och så sa jag följande: Se på de här växterna. Den vänstra växten som är uttorkad och vissen, det är ert äktenskap. Ni har inte vattnat och tagit hand om er relation och det har gjort så att hela er familj och era barn mår dåligt. Se på den högra växten. Den mår bra för att den blivit vattnad. Om ni tar hand om varandra och "vattnar" er relation i familjen, så kommer familjen att må bättre och då kommer också era barn att må bättre. Då kommer er familj att se ut som den välmående växten. Det är

inte för sent för er. De svarade då : Martin du har helt rätt. Vi måste göra något åt detta innan det är för sent. Denna metafor öppnade upp deras hjärtan för att ta emot handledning i den krissituation som de befann sig i. Framgången som ägde rum efter användandet av denna metafor har efter den händelsen inspirerat mig att våga använda mig av många metaforer i mitt arbete efter detta. Man blir helt enkelt glad när det fungerar.

Den 6 maj 2010 hade jag transporterat mig till en stor aula i Göteborg för att där gå på en familjeterapikonferens med en föreläsare från USA som höll i två utbildningsdagar i Majorna i Göteborg. Jag anlände tidigt till föreläsningen och var först på plats i föreläsningssalen och satte mig längst fram eftersom jag ville ha en bra plats. Den förste som kommer efter mig är en äldre man med skägg och vitt hår som sätter sig på stolen vid sidan om mig längst fram och presenterar sig och säger att han heter Sal och som frågar mig på engelska vad jag heter och vad jag arbetar med. Jag berättar för honom lite kort om mig själv och berättar om mitt arbete med familjer i Göteborg som har barn som hamnar på akuten efter narkotikaöverdoser och hur vi jobbar med dem i familjesamtal varje vecka under tiden efteråt.

Vi talar en stund och mannen lyssnar noggrant och engagerat på mig och säger sedan till mig att jag ska använda mig av metaforer för att nå familjerna. Han uppmanar mig att lära mig många metafor-språk. Det är oerhört effektivt för att få dem att lyssna och komma ihåg säger han. Han berättade för mig att han nyligen gett handledning till ett gift par som var i kris och att efter att han lyssnat på båda så sa han till mannen "When did you divorced from your wife and married the Golf course?". Denna metafor fick honom att nå mannen i samtalet.

Vi fortsätter att tala en stund och jag minns att jag blev imponerad över att se en så pass gammal man brinna så mycket för mitt arbete och tänkte "Waow jag önskar att jag brinner så mycket för det jag gör när jag uppnår samma ålder som denne härlige person."

När vi talade så kom fler och fler personer in i föreläsningssalen och de gick fram och hälsade på den äldre mannen, som tackade mig för samtalet och gick upp på plattformen med värdarna för konferensen. Då förstod jag att det var Salvador Minuchin som jag hade talat med.

Det var spännande att få lyssna till honom under två heldagar. Han berättade om sitt arbete och om hur han går tillväga. Minuchin delade under detta seminarium med sig av många metaforer som han använt när det varit läge för det.

Jag tror att det är gynnsamt att använda sig av metaforer i handledning. Det gäller dock som Kerstin Badreddine säger att metaforer ska komma i rätt ögonblick. Metaforer skall inte heller lyftas fram för ofta som Peter och Brian är inne på, utan plockas fram i lagom mängd. Jag är av den uppfattningen att ibland ska man berätta metaforer, ibland ska man rita metaforer, ibland ska man visualisera metaforer vilket t.ex. kan ske när man återberättar en scen i en film. Jag har vid något tillfälle berättat om en scen ifrån filmen "Braveheart", 1995 och där lyft fram en scen där William Wallace uppmanar sin armé att vänta och ha tålamod och inte anfalla för snabbt utan ha tålamod och vänta för att kunna överraska fienden längre fram och vinna slaget. Detta då jag velat få personer jag handlett att vänta lite.

Ibland kan man också åskådliggöra en metafor genom att använda befintliga föremål precis som exemplet med krukväxterna.

Jag tror också att metaforer har en bra effekt i handledning och öppnar upp öronen hos de som lyssnar så att man kan få de man handleder att "släppa garden" genom att använda berättelser, metaforer och liknelser.

Här kommer vi in på en intressant sak som är en nyckel till att lyckas i vårt viktiga och betydelsefulla arbete som handledare: "Lyssnandet". Människan är skapad med en mun och två öron. Jag tror att det betyder att vi är skapade så för att vi ska lyssna dubbelt så mycket som vi talar.

Jag tror att om vi som handledare utvecklar vårt lyssnande så kommer vi också att lyckas bättre med vår handledning eftersom de som känner sig lyssnade på också kommer att lyssna på oss. Detta stämmer ju med citatet från Ordspråksboken, skriven av Salomo, den visaste människa som funnits på jorden.

Vi är beroende av en någorlunda korrekt återspeglning för att vi ska kunna känna igen oss precis som Wallroth och Rydén beskriver i metaforen om den tillräckligt goda spegeln.

Salvador Minuchin som jag refererat några gånger till säger att alla familjeterapeuter är berättare. Detta är en intressant tanke. Berättare hade förr i tiden en oerhört viktig funktion att fylla. Då samlades man vid dagens slut vid lägerelden där man dels åt mat tillsammans men också lyssnade på berättare där berättaren berättade fantastiska berättelser om företeelser om livet men också om världen nära och världen långt borta. Berättaren satte igång tankeverksamheten och fantasin. En skicklig berättare kunde säkerligen fånga lyssnarnas uppmärksamhet långt in på nattens timmar. Det står följande i Ordspråksboken 21:28 "Den som lyssnar, får tala till punkt!". (ReformationsBibeln, 1997)

En skicklig berättare är vis nog att också vara en god lyssnare. För om berättaren lyssnar bra, så får berättaren förtroende hos den som lyssnar vilket resulterar i att berättaren själv får tala till punkt.

Jag tror också att metaforerna hjälper oss att komma ihåg berättelser bättre. Man får något att "haka" upp berättelsen på. Mina tre intervju personer är alla överens om att metaforerna är till stor hjälp att komma ihåg handledningen bättre. Peter säger till och med att användandet av metaforer är överlägset när det gäller att hjälpa folk att komma ihåg.

Kerstin Badreddine beskriver metaforens fördelar på ett fantastiskt beskrivande sätt i intervjun när hon säger följande: "... den(metaforen) öppnar upp fantasin, den öppnar sinnet. När du är låst i ett problem kan metaforen få dig att se en annan vinkel. Du öppnar upp tänkandet. Berättelse, metaforer och humor öppnar sinnet. I metaforer kan man lägga bilder. Man kan få igenkänning/aha-upplevelser...så här kan jag tänka...så här kan man ha det."

Jag är övertygad om att familjehemssekreterare och familjehemshandledare också är berättare som under sina yrkesverksamma år samlat på sig många berättelser som de kan använda i liknelseform /metaforer.

Jag tror också att erfarenheten som många familjehemshandledare samlat på sig hjälps utav Kälvestens metafor (Familjepsykologi, 1982) om musiken, där man kan känna in om musiken stämmer inför och under handledningsdilemman.

Handledning handlar om att väcka intresse, vidga vyer, hitta lösningar, se ljuspunkter, finna glädjeämnen, hitta meningen med någonting. Och då är metaforer en bra hjälp. Metaforer hjälper människor att förstå.

Metaforer lägger sig utanför människors vardag. Bibelns liknelser har försett vår kultur med många metaforer. Bibeln har gett vår kultur hur mycket som helst, Jesus berättade spännande berättelser i Bibeln och talade mycket i liknelser i evangelierna i Nya Testamentet.

Vi kan i vårt viktiga arbete som handledare använda de berättelser som vi samlat på oss i våra skal, som Minuchin nämner i sin metafor. Han säger att vi är våra berättelser som jag nämnde i teorigrunden.

De berättelser vi är kan vi sedan använda med fördel genom att tala genom metaforer när det är rätt läge för det och självklart också i lagom dos, så att det inte går inflation i användandet av metaforer.

Sumralls och Machiavellis metaforer är till stor hjälp när vi som handledare ställs inför svåra situationer där vi möter situationer och ställs inför lidande, sorg, saknad, katastrofer och hot om död.

Hårtveit och Jensens metafor om att människan är som en ångmaskin som flödar av energiströmmar är intressant och till hjälp för att förstå att det finns enorma krafter i varje människa vi möter i handledning.

Goldsteins metafor om att människors känslor liknar ånglok är intressant att ha med sig i sitt tänk då man får ha koll på så att inte "ångtrycket" ökar för mycket för vi vill ju inte att våra familjehem ska gå under och explodera.

Brobergs metaforer om dynamit och atombomber hjälper oss att minnas och komma ihåg att en människa som tappat allt hopp kan få tillbaka sitt hopp genom handledning och terapi och genom att finna tron. Winston Churchill uttrycker detta i sitt berömda tal när han 1941 i Harrow Hall säger: "Never, never, never give in." Churchill är ett bevis på att en persons mod, ord och tro på det han sa, kunde få en hel nation att kämpa på och inte ge upp.

Moltke och Molly talar om helikopterperspektivet och Asen om fågelperspektivet. Dessa metaforer är oerhört betydelsefulla och bra och jag tror att om man följer dessa metaforer så är mycket vunnet i handledningssituationerna. Om man ser saker och ting uppifrån så får man en bra överblick över situationen och kan utifrån det lättare fatta beslut om hur man ska agera och vad som är viktigast i det aktuella läget.

Langs metaforer om de olika domänerna är också till stor hjälp för att förstå att man kan agera och verka inom olika områden.

Nu är detta paperskrivande strax över och med tanke på ämnet jag skriver om, vad passar bättre än att avsluta med en metafor som min gode vän Ingemar Lindelund sagt efter att ha avslutat en tuff arbetsuppgift: "Att ha slutfört och vara klar med denna arbetsuppgift jag tror att det är precis så här som Jesus Kristus kände sig efter att han burit färdigt korset, att det är fullbordat, det känns som en befrielse. Jag känner mig fri." (Lindelund, Ingemar, 2017)

Det har varit fantastiskt spännande att göra den här resan och som White säger använda "kartan" för att utforska metaforernas betydelse och effekt i handledningssituationer. Jag hoppas att detta paper inspirerar er läsare att våga använda metaforer. Jag hoppas också att dessa enkla rader kan inspirera er att forska vidare på användandet av

metaforer i handledning. Det finns en spännande värld av metaforer och deras effekt som väntar på att utforskas mer.

Göteborg den 8 maj 2017

Martin Berger

Litteraturlista/Källförteckning/Referenser

Asen, Eia, 2012 *Multi Family Therapy Concepts and Techniques*,
Routledge

Braveheart, 1995, Motion Picture, Directed by Mel Gibson

Broberg, Anders, 2013, *Anknytning I praktiken*, Natur och kultur

Bryman, Alan, 2015, *Samhällsvetenskapliga metoder*, Liber Förlag

Bugbee&Cousins&Hybels, 2000, *Som fisken i vattnet*, Willow Creek

Caesar, Julius, *Alea Iacta Est*, Speech 49 före Kristus

Chapman, Gary, 2003, *Kärlekens fem språk*, Marcus förlag

Churchill, Winston, 1941, *Speech Harrow Hall 1941*

Djupintervju med Kerstin Badreddine 2017-02-24

Djupintervju med Brian Barnett 2017-02-28

Djupintervju med Peter Jansson 2017-02-28

Goldstein Arnold, 2004, *Aggression replacement Training*, 1998, Research Press

Hårtveit Håkon&Per Jensen,2012 *Familjen plus en*,Studentlitteratur

Höjer, Ingrid & Nordenfors, Monica, 2006, *Att leva med fostersyskon*, Göteborgs Universitet

Kälvesten&Meldahl, 1982, *Familjepsykologi*,Liber Förlag

Lacan, Jacques, 1955, *Psykosseminariet*

Lang Peter, 1990, *The systemic professional:Domains of action and the question of neutrality*, The Journal of Systemic Consultation and Management

Lindelund,Ingemar,2017, *Samtal om livet*,Göteborg

Machiavelli, Niccolo, 1958, *Fursten*,Natur och Kultur

Moltke&Molly, 2014, *Systemisk Coaching* ,Studentlitteratur

Minuchin,Salvador, 2012, *Families and Family Therapy* ,Routledge

Minuchin Salvador, 1998, *Family Healing* ,Free press

Minuchin, Salvador, 2006, *Mastering Family Therapy*, Wiley

Minuchin, Salvador, 2010 *samtal innan konferens I Göteborg*

Morgan, Alice, 2014, *Vad är narrativ terapi*, Studentlitteratur

ReformationsBibeln,2003, Svenska Reformationsbibelsällskapet

Sumrall Lester, 1995, *The Mystery of Death*, New Leaf)

Wallenberg Gustaf& Wallenberg Raoul, 1987, *Älskade farfar*, Bonniers

Wallroth Per & Rydén,Göran, 2013, *Mentalisering-Att leka med verkligheten*, Natur och kultur

Wallroth Per, 2016, *Mentaliseringsboken*, Karneval förlag

White Michael, 2012, *Kartor över narrativ praktik*, Studentlitteratur

.